

Redes de apoyo como estrategia de afrontamiento en población migrante con vocación de permanencia en el municipio de Villa del Rosario

Nolly Andrea Garzón Quintero

C.C 1090488738

Código estudiantil: 20131228637

Correo: n_garzon@unisimon.edu.co

Dulayne Milena Jaimes Palencia

C.C 1102887711

Código estudiantil: 201612214462

Correo: d_jaimes3@unisimon.edu.co

Ana Rosa Ramírez Jerez

C.C 1094162849

Código estudiantil: 20141229876

Correo: a_ramirez7@unisimon.edu.co

Daniela Rodríguez Viloría

C.C 1090491041

Código estudiantil: 20131228383

Correo: k_rodriguez2@unisimon.edu

Trabajo de Investigación como requisito para optar el título de **Especialización en procesos de intervención social.**

Tutor:

Magali Alba Niño

RESUMEN

Antecedentes: Bayona, M. & Bayona, T. (2019) lleva a cabo una investigación, en el contexto fronterizo del Corregimiento La Parada, municipio Villa del Rosario, departamento Norte de Santander; Dando como resultado que dicha población ha sido víctima en múltiples ocasiones bajo variados escenarios. A través de dicho estudio se identificaron acciones o conductas que iban desde la violencia física, verbal y psicológica hasta atentados en contra de la integridad de esta población en particular, no siendo esto suficiente, se identificó el aumento a la normalización

dicha situación, sin que hayan entes competentes que se hagan cargo del caso, la investigación nos invita a comprender las dinámicas que hacen que los y las habitantes de la zona fronteriza construyan o reconstruyan la cultura violenta hacia la población migrante procedente de Venezuela. Por su parte nuestra investigación propone un análisis sobre estudios migratorios el cual permite dar cuenta de las valoraciones o percepciones que tienen los y las habitantes de La Parada, así como los imaginarios atávicos que legitiman estas acciones violentas hacia las y los migrantes venezolanos (as), también, se enuncian las reflexiones individuales y colectivas sobre las acciones violentas que se originan hacia la población y que son legitimadas en nuestra región.

Por otra parte, se intenta identificar cuáles son las redes de apoyo que utiliza dicha población como estrategia de afrontamiento, teniendo en cuenta que Achotegui (2006) asegura que la ausencia de una red de apoyo aumenta el estrés provocado por una situación adversa o traumática por tanto en nuestra investigación intenta identificar cuáles son aquellas redes de apoyo con las que cuenta dicha comunidad, como hacen uso de ellas y que beneficios trae consigo su puesta en práctica

Objetivos: El objetivo general de la investigación es comprender las estrategias de afrontamiento de la población migrante que permitan el reconocimiento del uso de redes de apoyo como medida de adaptación social es por lo que se tienen 3 objetivos específicos los cuales son Identificar las estrategias de afrontamiento que utiliza la población migrante como medida de afrontamiento frente al proceso de migración, el segundo objetivo es describir el proceso migratorio vivido por la población migrante y por último explicar de qué manera las redes de apoyo son una estrategia de adaptación social en la población migrante.

Materiales y Métodos: Se utilizó una metodología cualitativa para recolectar datos se realizó a través de un muestreo llamado bola de nieve el cual consiste en que se identifican participantes claves y se agregan a la muestra, se les pregunta si conocen a otras personas que puedan proporcionar más datos o ampliar la información y una vez contactados se incluirán los mismos, gracias a este se aplicaron 3 instrumentos de recolección de información: inicialmente la observación participante que se dio a través de tres situaciones, además se realizó la entrevista semi estructurada compuesta de 8 ítems, y por último un grupo focal compuesto de 10 ítems. Para esta investigación se focalizaron a los participantes los cuales son 10 mujeres migrantes con vocación de permanencia en el sector de villa del rosario barrio la parada.

Resultados: Se encontró que una de las estrategias de afrontamiento comúnmente utilizada por las participantes frente al proceso de migración, es el uso de las redes de apoyo dirigidas principalmente a la búsqueda de apoyo por parte de familiares y amigos o conocidos connacionales quienes ofrecen recursos que aportan

positivamente a la adaptación del inmigrante y a la generación de alternativas de solución ante las dificultades cotidianas en la migración.

Conclusiones: Se concluye con que las principales redes de apoyo a las que acude la población migrante se componen de forma predominante por el mismo grupo familiar y vecinos o amistades con la misma nacionalidad así mismo las estrategias de afrontamiento utilizadas corresponden a la búsqueda de apoyo social, la reevaluación positiva y la confrontación, destacando la resiliencia como el método para afrontar los cambios que impactaron su estabilidad psicológica por lo que la migración fue sin duda un proceso difícil, pero también el escenario para fortalecer la reunificación y los lazos familiares, además de la unión con sus pares “hermanos venezolanos”, la determinación para reconstruir un proyecto de vida, encaminarlo, establecerlo y desarrollarlo es por lo que las redes de apoyo como estrategias de afrontamiento están presentes en el diario vivir de la población migrante, por lo que el proceso de migración genera cambios importantes en todas las esferas del individuo. Son el enlace de inicio en la reestructuración de un nuevo inicio en el proceso de adaptación social.

Palabras clave: adaptación social, estrategias de afrontamiento, migración, redes de apoyo, resiliencia.

ABSTRACT

Background: Bayona, M. & Bayona, T. (2019) carry out an investigation, in the border context of Corregimiento La Parada, Villa del Rosario municipality, Norte de Santander department; Resulting in that said population has been a victim on multiple occasions under various scenarios. Through this study, actions or behaviors were identified that ranged from physical, verbal and psychological violence to attacks against the integrity of this particular population, not being enough, the increase in the normalization of said situation was identified, without There are competent entities that take charge of the case, the investigation invites us to understand the dynamics that make the inhabitants of the border area build or rebuild the violent culture towards the migrant population from Venezuela. For its part, our research proposes an analysis of migratory studies which allows us to account for the assessments or perceptions that the inhabitants of La Parada have, as well as the atavistic imaginaries that legitimize these violent actions towards Venezuelan migrants. Also, the individual and collective reflections on the violent actions that originate towards the population and that are legitimized in our region are enunciated.

On the other hand, an attempt is made to identify the support networks that this population uses as a coping strategy, taking into account that Achotegui (2006) assures that the absence of a support network increases the stress caused by an adverse or traumatic situation due to Both in our research, we try to identify what are those support networks that said community has, how they make use of them and what benefits their implementation brings.

Objective: The general objective of the research is to understand the coping strategies of the migrant population that allow the recognition of the use of support networks as a measure of social adaptation, which is why there are 3 specific objectives which are to identify the coping strategies used the migrant population as a coping measure against the migration process, the second objective is to describe the migratory process experienced by the migrant population and finally to explain how support networks are a strategy of social adaptation in the migrant population.

Materials and Methods: A qualitative methodology was used to collect data, it was carried out through a sampling called snowball which consists of identifying key participants and adding them to the sample, they are asked if they know other people who can provide more data or expand the information and once contacted they will be included, thanks to this 3 information collection instruments were applied: initially the participant observation that occurred through three situations, in addition the semi-structured interview composed of 8 items was carried out, and by last a focus group composed of 10 items. For this research, the participants were focused, which are 10 migrant women with a vocation to stay in the sector of Villa del Rosario, La Parada neighborhood.

Results: It is concluded that the main support networks to which the migrant population turns are made up predominantly of the same family group and neighbors or friends with the same nationality, as well as the coping strategies used correspond to the search for social support, the positive reappraisal and confrontation, highlighting resilience as the method to face the changes that impacted their psychological stability, so migration was undoubtedly a difficult process, but also the stage to strengthen reunification and family ties, in addition to union with their peers "Venezuelan brothers", the determination to rebuild a life project, direct it, establish it and develop it is why support networks as coping strategies are present in the daily life of the migrant population, so the process of migration generates important changes in all spheres of the individual. They are the starting link in the restructuring of a new beginning in the process of social adaptation.

Conclusions: It is concluded that the main support networks to which the migrant population turns are made up predominantly of the same family group and neighbors or friends with the same nationality, as well as the coping strategies used correspond to the search for social support, the positive reappraisal and confrontation, highlighting resilience as the method to face the changes that impacted their psychological stability, so migration was undoubtedly a difficult process, but also the stage to strengthen reunification and family ties, in addition to union with their peers

"Venezuelan brothers", the determination to rebuild a life project, direct it, establish it and develop it is why support networks as coping strategies are present in the daily life of the migrant population, so the process of migration generates important changes in all spheres of the individual. They are the starting link in the restructuring of a new beginning in the process of social adaptation.

KeyWords: Social adaptation, coping strategies, migration, support networks, resilience.

REFERENCIAS

1. Achotegui, J. (2006). Estrés límite y salud mental: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Migraciones. Publicación Del Instituto Universitario De Estudios Sobre Migraciones*, (19), 59-85.
<https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/3083>
2. Alba-Niño M., Dayana Buitrago, E., Cely-Gámez, I., y Carreño-Paredes, M. (2020). Desafíos institucionales en los procesos migratorios y de construcción de paz en territorio fronterizo. En M. Alba-Niño., M. T. Carreño-Paredes., A. Jiménez Millán., L. Navas., y D. Márquez Estrada. (Ed.), *Migración Una mirada binacional desde lo humanitario*. (pp.201-240). Cúcuta, Colombia: Ediciones Universidad Simón Bolívar.
3. Álvarez, El & Guzmán, G. (2013). Redes de apoyo social en personas en proceso de reintegración a la vida civil residentes en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1 (2), 11-17

4. Álvarez E. (2019). Recursos psicológicos y estrategias de afrontamiento en migrantes venezolanos. https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/2107/recursos_psicol%C3%93gicos_estrategias_afrontamiento_migrantes_venezolanos.pdf?sequence=1&isallowed=y
5. Amaris, M., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J. (2013) Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el caribe*.
6. Aranda B., C., & Pando M., M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista De Investigación En Psicología*, 16(1), 233–245. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v16i1.3929>
7. Atkinson R.; Flint, J. (2001). Accessing hidden and hard-to-reach populations: Snowball research strategies. *Social Research Update*, 33: 1-5. <https://www.redalyc.org/pdf/549/54924517006.pdf>
8. Barrón, A. (1996). *Apoyo social*. Madrid: Siglo XXI <http://eventos.uco.mx/content/micrositios/241/file/memoria/pdf/57.pdf>
9. Bayón, María Cristina y Mier y Terán, Marta (2010). Familia y vulnerabilidad en México. Realidades y percepciones, cuaderno de investigación 42, Instituto de Investigaciones Sociales-UNAM, México.
10. Bayona M. & Bayona, T. (2019). Migrantes venezolanos(as) en el contexto fronterizo. Una mirada desde los y las habitantes del Corregimiento La Parada, municipio Villa del Rosario, departamento Norte de Santander,

Colombia. (Tesis de maestría). Corporación Universitaria Minuto de Dios,

Cúcuta – Colombia. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/10535>.

11. Blouin, C. (2019). *Después de la llegada: realidades de la migración venezolana*. THEMIS.

<https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/170254>

12. Cepa-Europeaid (2007). Un sistema de indicadores para el seguimiento de la Cohesión Social en América Latina, Santiago de Chile.

13. Creswell, J. (2014). *Research Design. Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches Fourth Edition*. California: SAGE Publications.

14. Enríquez Rosas, Rocío , y "redes sociales y pobreza: mitos y realidades" *Revista de Estudios de Género. La ventana*, no. 11 (2000):36-72. Redalyc, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88412392004>

15. Espinosa Garduño, Dyana Ivette, Ojeda García, Angélica , & Cuenca Vázquez, José (2008). *Comunicación y Afrontamiento Como Estrategias Individuales que buscan facilitar la Adaptación Social en Población Migrante*. *Migración y Desarrollo*, (11),79-95.[fecha de Consulta 1 de julio de 2022].

ISSN: 1870-7599. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66011754004>

16. Flores, M. (2004). Implicaciones de los paradigmas de investigación en la práctica educativa. *Revista Digital Universitaria*, 5 (1), 2-9

17. Gallego Trijueque, Sara (2011). *redes sociales y desarrollo humano. barataria*. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, (12),113-

18. Garcia, M., y Dominguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: una revisión analítica. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20140710045502/art.MariaCristinaGarciaV..pdf>
19. Green, B., & Rodgers, A. (2001). Determinants of social support among low-income mothers: A longitudinal analysis. *American Journal of Communitarian Psychology*, 29(3), 419-442
20. Guerrero Zarco, L. (2021). Los principios de articulación y cooperación para la implementación de políticas públicas. Un análisis desde la gobernanza a la "Estrategia para la atención de la migración desde Venezuela" Conpes 3950 en los municipios de Villa del Rosario y Puerto Santander. Universidad de los Andes. <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/50622/24030.pdf?sequence=1>.
21. Gómez, J. A. (2010). La migración internacional: teorías y enfoques, una mirada actual. *Semestre Económico*, 13(26), 81-99. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-63462010000100005&lng=en&tlng=es.
22. González, Q. J. C., Restrepo, C. G. (2010). Prevalencia de felicidad en ciclos vitales y relación con redes de apoyo en población colombiana. *Rev Salud Pública*, 12(2): 228-238. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/43259>.

23. Gutierrez, J., Romero, J., Arias, S y Briones, X. (2020). Migración: contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de Ciencias Sociales* (ve), (301) ISSN: 1315-9518. Disponible en <https://www.redalyc.org/journal/280/28063431024/28063431024.pdf>.
24. Hanson, B. S., Isacson, S. O., Janzon, L., & Lindell, S. E. (1989). Social network and social support influence mortality in elderly men: Prospective population study of "Men Born in 1914," Malmö, Sweden. *American journal of epidemiology*, 130(1), 100-111.
25. Hernández, M. G., Carrasco, G., y Rosell, C. (2010). Título: Evaluación de las principales redes de apoyo informal en adultos mayores del Municipio Cerro. *Publicación Periódica de Gerontología y Geriátrica*, 5(1): 1-11. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/viewFile/3929/3153>
26. Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mcgraw-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
27. Hobfoll, Stevan E. (1988), *Stress, culture, and community: The psychology and philosophy of stress*, Nueva York, Plenum Press. Libro de psicología. Edición (30 Septiembre 1998)
28. Huenchuan, S. y Sosa, Z. (2002). Redes de apoyo y calidad de vida de personas mayores en Chile. Ponencia presentada en la Reunión de Expertos en Redes de Apoyo Social, el rol del Estado, la Familia y la Comunidad,

organizada por CELADE-División de Población de la CEPAL. Santiago de

Chile, 9 al 12 de diciembre.

[https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

29. Hurtado (2007) Metodología de la investigación, guía para la comprensión holística de la ciencia. http://emarketingandresearch.com/wp-content/uploads/2020/09/kupdf.com_j-hurtado-de-barrera-metodologia-de-investigacioacuten-completo-1.pdf
30. Jylhä, M., Aro, S. (1989). Social ties and survival among the elderly in Tampere, Finland. *Int J Epidemiol*, 18: 158-164.
31. Kitzinger, J. (1995). Qualitative research: introducing focus groups. *Bmj*, 311(7000), 299-302.. Consultado el 08 de junio de 2022. <http://miguelmartinezm.atspace.com/gruposfocales.html>
32. Koechlin, J y Eguren, J. (2018) *El Éxodo Venezolano: Entre el exilio y la migración*. OBIMID. https://www.researchgate.net/profile/Nelson-Ardon/publication/330324009_Realidades_en_la_salud_de_las_poblaciones_migrantes_el_caso_de_los_migrantes_venezolanos_en_el_contexto_colombiano/links/5c38d3ba299bf12be3bfe8c1/Realidades-en-la-salud-de-las-poblaciones-migrantes-el-caso-de-los-migrantes-venezolanos-en-el-cotexto-colombiano.pdf#page=97
33. LaFramboise, Teresa, L.K. Coleman Hardin y Jennifer Gerton (1993), Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que

buscan facilitar la adaptación social en población migrante,(4) 79-95 .

<https://www.redalyc.org/pdf/660/66011754004.pdf>

34. Lazarus, Richard S. (1982), Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que buscan facilitar la adaptación social en población migrante, (6), 79-95. <https://www.redalyc.org/pdf/660/66011754004.pdf>

35. Lazarus, R, & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos.

36. León, A. M. (2005). Teorías y conceptos asociados al estudio de las migraciones internacionales. *Trabajo social*, (7), 59-76. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8476>

37. Ley 1090 del 6 septiembre 2006, código deontológico y bioético y otras disposiciones.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

38. Ley 2136 del 4 de agosto de 2021, por medio de la cual se establecen las definiciones, principios y lineamientos para la reglamentación y orientación de la política integral migratoria del estado colombiano PIM, y se dictan otras disposiciones.

<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/ley%202136%20del%204%20de%20agosto%20de%202021.pdf>.

39. Ley el decreto 216 del 1 Marzo del año 202, brinda Estatuto Temporal de Protección para Migrantes Venezolanos Bajo Régimen de Protección Temporal y se dictan otras disposiciones en materia migratoria, este se centra específicamente a la población venezolana

<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%2016%20DEL%201%20DE%20MARZO%20DE%202021.pdf>

40. Macías, M; Orozco, C; Valle, M. & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 123-145. [fecha de Consulta 19 de Mayo de 2022]. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>.
41. Martínez, M. (2006). La investigación cualitativa (síntesis conceptual). *Revista de Investigación en Psicología*, 1 (9) pp. 123-146. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4033/3213>
42. Martínez M. (2015) Comportamiento humano nuevos métodos de investigación. Editorial trillas. Mexico Primera edición XO (s1n 968-24-3023-2) v(oL) 5segunda edición OM f.Bn 978-968-24-5503'2 v(oE, oo, sr, 5R, 51, sM, 50, TT, TR)
43. Migración, Ministerio de relaciones exteriores. (2021, 26 de octubre). Distribución de venezolanos en Colombia. <https://www.migracioncolombia.gov.co/infografias/distribucion-de-venezolanos-en-colombia-corte-31-de-agosto-de-2021>.
44. Ojeda, A., Cuenca, J, y Espinosa, D. (2008). Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que buscan facilitar la adaptación social en población migrante. *Migración y desarrollo*, (11), 79-95.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-

[75992008000200004&lng=es&tlng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-75992008000200004&lng=es&tlng=es)

45. Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2006). Glosario sobre migración. https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf
46. Ogbu, J (1981). Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que buscan facilitar la adaptación social en población migrante (5) 79-95 <https://www.redalyc.org/pdf/660/66011754004.pdf>
47. Plataforma de Coordinación Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela [R4V]. (2022, 5 de mayo). Refugiados y migrantes de Venezuela. <https://www.r4v.info/es/refugiadosymigrantes>
48. Rascón, M. (2017). La importancia de las redes de apoyo en el proceso resiliente del colectivo inmigrante. *Educación y Humanidades*, (11), 61-82. <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i11.6815>
49. Restrepo, Ochoa D (2013) La teoría fundamentada como metodología para la integración del análisis procesual y estructural en la investigación de las representaciones sociales. *CES Psicología*, 6(1), 122-133. [fecha de Consulta 20 de Julio de 2022]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423539419008>
50. Rocha, A; Amarís, M; López, W. (2017). El perdón como estrategia de afrontamiento. Una mirada desde el modelo de la complejidad del afrontamiento. Santiago de Cali. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082017000300271&lang=es.](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082017000300271&lang=es)

51. Ruiz, L & Rodríguez, D. (2020). Percepción de las necesidades de salud mental de población migrante venezolana en 13 departamentos de Colombia, Reflexiones y Desafíos. *Gerencia y Políticas de Salud*, 19, 1-18. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/gerepolsal/article/view/31372>
52. Sosa, F. Zubieta, E. (2015). La experiencia de migración y adaptación sociocultural: identidad, contacto y apoyo social en estudiantes universitarios migrantes. *Psicogente*, 18(33), 36-51. <http://doi.org/10.17081/psico.18.33.54>
53. Solís, A. (2005) estrategias y mecanismos para el afrontamiento psicológico de la experiencia migratoria: dilemas, costos y complejidades.. <https://ccp.ucr.ac.cr/noticias/migraif/pdf/solis.pdf>.
54. S.J Taylor, R Bogdan (1984) Introducción a métodos cualitativos de la información. <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>
55. Torres, L. & Rollock, D. (2004). Experiencia de migración y adaptación sociocultural; contacto de identidad social y apoyo social en estudiantes universitarios migrantes. (3) 37-51. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372015000100004
56. Troncoso-Pantoja C, Amaya-Placencia A. Entrevista: guía práctica para la recolección de datos cualitativos en investigación de salud. *Rev. Fac. Med.* 2017;65:329-32. Spanish. doi: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v65n2.60235>.

57. Urzúa, A; Basabe, N; Pizarro F & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile. *Universitas Psychologica*, vol. 16, núm. 5, 2017 Pontificia Universidad Javeriana.
<https://www.redalyc.org/journal/647/64753989018/html/>
58. Vázquez Valverde, C, Crespo López, M y J. M. Ring (2003) Estrategias de afrontamiento. Recuperado en http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=94-estrategias-de-afrontamiento&category_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225